BUY

COAY Books

目录
Content

- 第1节：目录
- 第2节：了解你的肌肤(图)
- 第3节：每日护肤品大检阅(1)(图)
- 第4节：每日护肤品大检阅(2)(图)
- 第5节：每日护肤品大检阅(3)(图)
- 第6节：每日护肤品大检阅(4)(图)
- 第7节：每日护肤品大检阅(5)(图)
- 第8节：每日护肤品大检阅(6)
- 第9节：每日护肤品大检阅(7)
- 第10节：每日护肤品大检阅(8)
- 第11节：每日护肤品大检阅(9)
- 第12节：每日护肤品大检阅(10)
- 第13节：每日护肤品大检阅(11)
- 第14节：解决你的面部问题(1)(图)
- 第15节：解决你的面部问题(2)(图)
- 第16节：护肤好帮手(1)(图)
- 第17节：护肤好帮手(2)(图)
- 第18节：护肤好帮手(3)

第1节：目录

目录

*PART 1 了解你的肌肤 试用准备式
皮肤类型测试
是不是豌豆公主?
你的肌肤几岁了
*PART 2 每日护肤品大检阅 试用基础班
清洁大革命，卸妆最重要
眼唇部的温柔呵护
美丽肌肤洗出来
让你的洁面更有意思
水水嫩嫩好感觉，化妆水的神奇功效
全效型的高机能化妆水
远离衰老的第一步，不能怠慢的眼霜
你需要高效能眼霜了吗?
做个眼膜吧！
夏天的清爽面霜
营养滋润面霜
护唇产品的经典必备
不打底，不出门。防晒警报三级跳
*PART 3 解决你的面部问题 试用进阶班
去角质，消除面部隐患
功能性去角质产品
美白精华大PK
美白组合，加强你的战斗力
美白产品的按摩手法
晒后修复细细数

*PART 4 护肤好帮手

离不开的随身喷雾

廉价的好选择，面膜泡纸

第2节：了解你的肌肤(图)

1 了解你的肌肤 试用准备式

皮肤类型测试

洗完脸后半小时，假如脸上没有涂抹任何产品，你会觉得A.?非常粗糙、出现皮屑B.?仍有紧绷感C.?能够回复正常的润泽感D.?脸像镜面简直要反光

中午的时候，你的脸常常会感到A.?紧绷，轻度发干或脱皮B.?既不干，也不油，没有什么太大感觉C.?T区有点油腻D.?不洗脸就活不下去了

上妆后2-3个小时，你的妆容看起来A.?出现干纹和皮屑B.?妆容仍然完好C.?部分脱妆D.?需要马上补妆，差不多已经完全脱妆了呀站在镜子前，你的毛孔A.?脸很光滑，根本没有毛孔啊B.?挺小的，不注意根本看不见

C. 鼻头上有一些黑点D.?很明显，照镜子时就想死

青春痘！！

A.?这是什么，很少生或根本没有生过B.?只有在生理期或者身体不适的时候才会生这东西

C. 额头上会生，别的地方很少生D.?满脸都会生啊，还留了很多豆疤做纪念呢

A=1分 B=2分 C=3分 D=4分

10——15分 中性肌肤

恭喜你啊，你属于人人都会羡慕的中性肌肤哦，不油不干，水水润润。不过中性肌肤的MM可不要仰仗自己天生皮肤好就不注意保养，“胡作非为”哦。这样的话，你天生的“好资本”很快就会被你用完，到时候可是后悔都来不及啊！！

*中性肌肤的护肤产品选择余地比较大，差不多任何质地的你都可以试一试，以自己擦上觉得舒服为最好。

*适度去角质，但也要慎用磨砂类产品，以防肌肤变敏感。

*不要过度使用保养品，以免堵塞毛孔。

15——20分 油性或偏油性肌肤

很痛苦吧，洁面不到半天，整个脸就又油光锃亮了。擦护肤品怕闷不舒服，擦彩妆品怕脱妆，反而更加尴尬。但其实，充足的油脂可以让肌肤不容易老化，这可是油性肌肤天生的优势哦。只要适度的控油和补水，油性皮肤也不一定会很难受的。

*用自己感觉清爽透气的乳液或口者喱状护肤品，但一定不要因为感觉不舒服而不用护肤品。

*可适度使用带有酒精的化妆水，尤其是在闷热的夏天。

*脸部多油有可能正是肌肤缺水的表现哦，所以油性肌肤也要多多注意保湿。

*不要过渡控油并依赖吸油面纸，这样反而会刺激你的皮脂腺更快分泌。

*每周要进行一次毛孔大扫除，千万不能偷懒哦。

是不是“豌豆公主”?

你的家族是否有敏感体质的遗传史?

A.有 B.没有

长期处于不通风的室内，皮肤会出现发红、发热吗?

A.有 B.没有

表皮很薄，能隐约看见皮肤下的血管

A.有 B.没有

一晒太阳，脸就发红、发肿，经久不退

A.有 B.没有

每次换季，总会出现脱皮或痒的症状

A.有 B.没有

假如绝大多数的问题你选的都是“A”，那么不幸的通知你，你就是传说中的“豌豆公主”！这类肤质的MM肤色明显偏白，表皮薄而且脆弱，一遇到过敏源马上会出现强烈的反应，又红又热，阵阵发痒，严重时甚至会出现蜕皮或粒粒丘疹，非常痛苦。对付这样的皮肤，你有可能需要学习一些别样的小技巧哦。

*过敏性肌肤在败家之前，更要留意护肤品的成分，慎用含有皂碱的洁面产品和含有酒精、香料或果酸的产品。

*对于非常敏感的肌肤来说，你对它的任何一个动作都要轻柔，且时间不宜太长。

零负担，低刺激的护理方式：

选择低刺激性的洁面品。

2．轻柔地按摩肌肤，减少洁面品在肌肤上停留的时间。

3．冲洗至少25下活水，以保证洁面品完全洗净。
4．挑选乳液时，要先在手背上试用，观察是否有过敏症状。
5．不应使用磨砂膏。

第3节：每日护肤品大检阅(1)(图)

2 每日护肤品大检阅 试用基础班

清洁大革命——卸妆最重要

卸妆是护肤之本哦。不管有没有化妆，我们都需要用卸妆这种方式来去除脸上的多余油脂、灰尘和防晒品。现在市面上不同质地的防晒霜种类繁多，但一般情况下，我还是推荐大家使用卸妆油，因为以

油卸油不但是最有效的卸妆方式，还是最安全的。如果不依赖油来去除彩妆的话，那就必须依靠强力去污的表面活性剂了，长此以往，势必会造成皮肤的一系列问题。

为什么有的卸妆油会引起皮肤问题?

卸妆油的成分主要是植物油、矿物油和人工合成酯，其中纯粹只用植物油和矿物油为原料的很少很少，一般都会添加人工合成酯来降低成本。人工合成酯清洁能力极强，但长期使用的话容易引发很多皮肤问题。

受皮肤欢迎的卸妆油成分：橄榄油、小麦胚芽油等植物油成分。

我们的皮肤害怕：矿油、液态石蜡、十四酸异丙脂。

怎样才算是好的卸妆品?

一个好的卸妆品应具备2点，一是要有强劲的卸妆能力，二是洗后不能在脸上留下残余。有些卸妆品乳化能力差，冲洗了很多次之后还是不能彻底冲洗干净，所以为了保险起见，我一般都不会买卸妆洁面两用的产品，避免造成脸部不必要的负担哦。

SOFINA卸妆油凝露　价格指数：3

洁净度：***

保湿度：*****

清爽度：*****

温和度：****

乳化度：****

比较特别的口者喱状质地，但是擦在脸上以后马上变成油状，慢慢推开就不会感到油腻。相对于一般的卸妆油，这款卸妆油凝露更加容易乳化，一碰到水马上就稀释了，皮肤就感觉到清新舒爽，洗完之后也完全不会有绷紧的感觉，反而摸起来很柔软呢，对油性皮肤的MM或者是对卸妆油容易起封闭性粉刺的MM非常适合使用哦。

这款卸妆口喱还能同时卸除你的防水性睫毛膏哦，只是用的时候要小心了，不要让gel的超强浆力弄断你的宝贝睫毛哦。

CHANEL 净白双效卸妆乳　价格指数：4

洁净度：*****

保湿度：***

清爽度：*****

温和度：****

乳化度：***

很清爽的质地，非常适合夏天使用，而且清洁能力也颇为强劲。只要每天晚上取适量涂于脸部和眼部轻轻按摩，就能温和地溶解你脸上所有的彩妆和污垢！最特别的是这款卸妆乳假如长期使用的话，真的有美白和抑制黑色素的功效哦，姐妹们可以试一下。比较不好的是乳化能力不够，虽然号称用后可以无需再用洗面奶，但最好不要随意尝试，哈哈。

FANCL净化卸妆油价格指数：3

洁净度：*****

保湿度：***

清爽度：****

温和度：*****

乳化度：****

近来很火很火的纯植物油卸妆油，毫无疑问可以当选FANCL家的明星产品，洁净肌肤的同时还能预防肌肤因化妆而老化呢，好用到不得了。因为我会天天佩戴隐形眼镜，眼部比较敏感，而它是我唯一会直接用在眼部卸妆的卸妆油，一点也不刺激，也不怕会拉扯到肌肤，轻轻按压几下，再难卸的彩妆都溶解下来了。手湿湿的时候也可以用，不用担心它会提前乳化。绝对是一分价钱一分货哦。

第4节：每日护肤品大检阅(2)(图)

KENBO AQUA 卸妆油价格指数： 2

洁净度：****

保湿度：**

清爽度：****

温和度：*****

乳化度：****

一直觉得AQUA的东西性价比还算很不错，所以也买来试了试它们的卸妆油。味道和触感都一级棒，用后脸上会有一股淡淡的清香，让人感觉很放松。卸除一般的彩妆完全没有问题，但保湿能力欠佳，用后脸会有一些些干，所以肤质偏干的MM就不要尝试了。一直用它来代替专门卸防晒霜的油，效果又好价格又优哦。

LANEIGE 净颜卸妆油价格指数： 2

洁净度：*****

保湿度：***

清爽度：***

温和度：***

乳化度：***

保湿效果不算强，但是对于中性偏油性的肌肤来说已经足够了，用完以后皮肤马上变得滑滑的。胜在清洁能力，在脸上轻轻打圈按摩几下，彩妆已经被卸得干干净净。总觉得LANEIGE家的东西总是不过不失，留不下太深刻的印象，不过倒是记得这款卸妆油的乳化能力貌似不是很好，哈哈！

DHC深层卸妆油价格指数：3

洁净度：*****

保湿度：****

清爽度：***

温和度：****

乳化度：*****

油质非常厚重，每次要多用一点才能比较好推开。使用的时候会感觉脸油油粘粘的很不舒服，但是用洗面奶再洗一次后就会觉得很清爽很干净。但不管你化多浓重的妆，它都能卸得干干净净，能直接用于眼部卸除最难卸的防水性睫毛液也不怕损伤睫毛哦。推荐有黑头的

MM尝试一下这款卸妆油哦，因为它真的可以在不知不觉中溶解你的黑头呢。

MAKE UP FOR EVER 纯净卸妆水价格指数：3

洁净度：*****

保湿度：*****

清爽度：*****

温和度：*** */2

乳化度：****

作为世界三大彩妆品牌之一的MUF，出的卸妆产品自然也不会弱。这款卸妆水虽然是水样的质地，但是清洁能力同样出众，用化妆棉或者棉花轻轻一抹，所有的彩妆即刻清除哦，方便又省时间。里面蕴含的椰子精华油还可以平衡肌肤的油脂分泌，即刻保湿肌肤。不但是这款卸妆水，它们家的工具护理系列也一直是我使用时的首选。

常见的卸妆产品大解析：

卸妆油：

可以同时用于面部和眼部卸妆，能够有效去除厚重的粉底和防水彩妆。干性肌肤用卸妆油是完全没有问题的，但是油性肌肤在用卸妆油的时候要特别注意选择乳化能力好的卸妆油，以防会引发封闭性粉刺。

卸妆水：

一般将足够量的卸妆水滴于棉片之上，轻轻擦除面部的彩妆。因为是水样的质地，所以使用起来非常清爽，而且卸妆能力丝毫不比卸妆油差。特别适合青春痘肌肤和偏爱清爽质感的人使用，但不适合敏感性肌肤，

第5节：每日护肤品大检阅(3)(图)

卸妆乳：

欧洲人比较喜欢的卸妆方式，日系的产品一般多用凝胶的形式。使用时先取适量在手心搓热，然后用手指均匀的涂抹在脸上，使其与彩妆融合后，用温水冲洗干净。卸妆乳的卸妆能力普遍平平，所以一般用来卸除淡妆。

美丽肌肤洗出来

植村秀先生曾经说过，肌肤有很多自我调节的功能，但是只有清洁，是它本身所做不到的。所以假如我们认为肌肤的清洁工作只是一件小事而不加以重视的话，那你可就大错特措了。清洁不彻底的肌肤不但容易产生角质肥厚、痤疮等问题，还会影响保养品的吸收，使其

变成污垢残留在你的肌肤上哦。所以说，做好基础保养第一步，之后的工作往往事半功倍。

有必要使用很昂贵的洁面乳吗?

其实洁面产品在脸上停留的时间很短，所以它所谓的抗皱、美白或者紧肤的作用，基本上是可以忽略不计的。当然，很多昂贵的洁面产品中增加了肌肤护理的成分，感觉洗完了以后会很舒服。

洁面产品清洁力度大比拼

洁面粉（大于）洁面皂（大于）洁面乳

最高品质洁面品

GUERLAIN ISSIMA维C亮泽洁肤乳　价格指数：5

成分：完全清透复合维C，OPS……

有一点磨砂的感觉，但竟然不会让皮肤感到刺激，真是有点惊奇。带有GUERLAIN独特的清香，很浓烈但很舒服，让人有浑身放松的感觉，建议MM们可以在季节转换的时候用这一款产品，不容易起泡，开始有点不习惯，但是它很滑的质地也不会因过多的摩擦而使脸部敏感，所以价格虽然较贵，还是一款很高品质、很全能的产品。

*La Mer 海蓝之谜洁肤乳 优势：亲水性佳。价格指数：5

*HR极致之美洁面乳 优势：保湿效果好，低敏感。价格指数：5

最值得投资的洁面品

NUXE蜂蜜温和洁面口者喱　价格指数：4

成分：植物性洁肤成分，合欢花蜂蜜……

一到冬天，我就会拿出这个洁面来用，真的好温和好温和，洗得也特别干净。一般晚上用完卸妆品之后，洁面品我都喜欢用质地温和清爽的，因为会害怕过渡的清洗给皮肤造成伤害。用过这款洁面口者喱之后，我就像为自己的卸妆品找到了最佳的拍档，皮肤水水的那种感受，就算不涂抹任何护肤品，在外面晃荡20分钟也不会觉得干，一直很爱不释手呢。

*Elizabeth Arben 2合1清爽洁面霜 优势：锁水能力好，价钱实惠。　价格指数：２

*Freeplus柔润洁面霜 优势：低敏感低刺激。价格指数：２

最适合敏感肌肤的洁面品

ＬＡ　ROCHE-POSAY无皂洁肤皂价格指数：２

第6节：每日护肤品大检阅(4)(图)

成分：冷霜，天然植物油……

因为敏感性肌肤的耐摩擦能力差，所以理论上应该选用泡沫细腻丰厚，易于冲洗的弱酸性温和洁面品。但是市面上真正符合这些要求的洁面品其实蛮少的。所以每到换季或者皮肤敏感的时候，我都喜欢重新把这块洁面皂拿出来用哦。虽然名字叫“皂”，但其实它丝毫不含皂碱的成分，成分中的天然植物油还可以镇定肌肤外加保湿，最适合皮肤敏感期使用。

*SEBA 5.5洁肤皂 优势：最佳的酸碱值，把肌肤调理到最佳状态。价格指数： 1

*L’OCCITANE橄榄洁面乳 优势：用量好省，味道诱人。价格指数： 3

最适合年轻ＭＭ用的洁面产品

ＫＯＳＥ药用纯肌粹净化洗颜霜价格指数： 3

成分：冬虫夏草萃取液，杏仁油萃取液……

用量很省的一款产品，只要一点点就可以把整个脸和脖子都照顾到。起泡的速度也超级快，泡沫很细腻，用起来很舒服。觉得它适合年轻的痘痘肌ＭＭ，清洁功能很强，但是洗完不会紧绷，就是有一股很浓重的中药味让我忍受了很久才习惯。用了以后真的会觉得脸会变亮，透明感增加了，所以性价比还算很高。

ＳＨＩＳＥＩＤＯ　洗颜专科轻柔泡沫洁面乳　优势：价格优，保湿力佳。　价格指数： 1

ＤＨＣ清新洁面乳　优势：质地温和，易冲洗。价格指数： 2

最佳美白洁面品

Dior雪晶灵美白洁面乳 价格指数： 4

成分：黑色素代谢科技，植物性玻尿酸……

泡沫很细腻，洁净能力超强。Dior的雪晶灵系列经过几代的更新，真的是越来越好用了呢。洗完之后感觉脸上非常细润，完全没有一般美白产品的干燥感。虽然洁面产品在脸上的停留时间往往为几十秒，并不能确定它是否对美白真的有什么作用，但是好用不好用我们还是真切地感受得到的。

*Estee lauder晶智焕白莹采洁肤乳 优势：使用方便，洗完就能看出清爽变白的效果。价格指数： 4

*ORIGINS 美白轻柔洁面乳 优势：味道超赞，保湿能力好。 价格指数： 3

水水嫩嫩好感觉，化妆水的神奇功效

现在在很多MM心中，化妆水的地位远没有洁面乳、面霜和防晒霜重要，甚至很多MM到现在都没有每天使用化妆水的习惯，有这个

闲钱，不如多买几色眼影啦！其实我自从开始接触护肤开始，就觉得化妆水是很重要的。洁面后害怕自己未洗彻底，用化妆棉和爽肤水擦一擦，立刻安心不少，还能顺便擦去老化角质。冬天觉得皮肤干燥，用保湿型的化妆水先为肌肤打一打底啦，更何况现在市面上又有了那么多高机能化妆水，能解决你的各种需要，真是一举数得呢。

第7节：每日护肤品大检阅(5)(图)

一般化妆水

一般化妆水是护肤品，不是保养品。它们的成分中，有85%以上的都是水。但是它们加入了更多的保湿、美白、控油的功能，能把你皮肤的PH值调整到最佳状态，还可以去除你脸上的多余角质。一般的化妆水比较清爽，是你护肤三部曲中所不能缺少的一道程序！

控油收敛水

KIELH’S 金盏花植物精华化妆水 价格指数： 4

一款不含酒精，却明显有收敛作用的化妆水，唯一的缺点就是小贵，之前好像没有用过那么贵的收敛水。长期使用会让皮肤状态很稳定，缩小毛孔的效果没有那么明显，但是对消除痘痘留下来的疤痕还

是很有用处的，金盏花的味道也很好闻。假如你是很容易长痘痘的肌肤，推荐你用这一款哦。

CLINIQUE保湿洁肤水 新版2号 价格指数： 3

老版的CLINIQUE洁肤水虽然争议很大，但是它对于年轻油性肌肤的功效也的确是有目共睹的，倒是后来它去除了酒精而推出的新版洁肤水，让我感觉非常的鸡肋，降低了清洁功效之后，也没有看到有更好的保湿作用。用了一瓶以后就觉得不会再使用。

CLINIQUE保湿洁肤水 老版3号　价格指数： 3

打开以后简直就是一瓶酒精，味道大得不得了，不小心擦到眼睛周围的话保证你眼泪横流。不过倒是油性肌肤MM在夏天非常好的选择，能二次清洁外加杀菌，防止你的角质堆积。用的时候注意将水浸润整个化妆棉，然后往脸上轻轻一擦即可，切忌不要重复擦拭。有次我看见有朋友用这个水来湿敷脸，着实替她捏了把冷汗。

*ＡＶＥＮＥ雅漾清爽控油化妆水 优势：控油能力出众价格指数： 2

*ＮＥＵＴＲＯＧＥＮＡ露得清清透化妆水 优势：便宜，性价比高价格指数： 1

美白化妆水

KOSE 雪肌精化妆水价格指数： 4

争议非常大的一款水，喜欢的MM会感觉非常喜欢，不喜欢的MM觉得它用在脸上很刺激。事实上雪水也真的比较刺激，一般不推荐皮肤敏感的MM拿来敷脸。但是假如你本身皮肤不是白，又不是敏感MM，那你就千万不能错过这款水。这是我用过所有的美白产品中效果最好的哦，只要你有恒心，天天湿敷一下，一周左右就能彻底改变你肌肤的透明度，真的真的真的是我吐血推荐的好产品。但千万不要用雪乳，因为用过雪水之后，会感觉雪肌精家族别的东西都很鸡肋啦！

*KENBO火棘水 优势：吸收好，美白效果明显。价格指数： 4

*资生堂UV WHITE优白柔肤水 优势：保湿效果很明显。价格指数： 4

柔肤化妆水

L"oreal 明效口者喱柔肤水　价格指数： 2

第8节：每日护肤品大检阅(6)

因为并不算太老，所以最初用它的目的只是为了补水，它的质地看起来实在是很厚，让人很有安全感。喜欢用它泡化妆棉做简易的面膜用，真的会让皮肤马上充满活力，光洁明亮又不紧绷，感觉性价比相当高。

*sisley花水 优势：极易吸收，气味好。价格指数：5

*ＦＲＥＥＰＬＵＳ爽润化妆水 优势：能够促进透明质酸的生成。价格指数：４

保湿化妆水

IPSA的自律循环液　价格指数：5

以前很懒的时候喜欢用这款循环液，因为非常简单，既可以做水又可以做乳液。但是现在已经不会这么懒了啊，所以索性把这个当成了保湿水在用。偏油性肌肤的MM夏天用会觉得黏，但是冬天用刚刚好，只要几滴，保湿效果就已经非常好了。假如想追求更有效果，推荐MM用它们家的美白液啦，对肤色不均匀效果非常明显哦。

Dior水动力化妆水价格指数：３

和我之前用过的很多平价化妆水效果差不多，并不觉得有什么特别之处能让它值那么贵的价钱。擦上之后感觉挺润的，但是没有那种让你感觉脸皮厚了一层的闷感。保湿度还不错，但是也没有特别突出之处，一般后面要跟着擦同品牌同系列的保湿精华和面霜才能达到效果的最大值，所以性价比实在太低，属于绝对不会再买的产品。

ZA保湿化妆水 价格指数：２

蛮浓稠的质地，但是擦在脸上却一点也不感觉厚重，觉得皮肤马上变得软软得很容易吸收，温和不刺激，用在眼部也一点问题都没有。夏天的时候后面不涂乳液也可以，可见它的保湿能力有多么出色。因为质地的原因，所以想要用化妆棉或者纸泡膜用它湿敷时总觉

得浸不透，特别浪费水。但是敷了以后的效果确是一流，不信你也试试，反正便宜嘛。

*FANCL补湿液 优势：锁水能力强价格指数： 4

*AESOP芹菜水 优势：保湿之外抗氧化能力也出众价格指数： 4

护唇产品的经典必备

对于唇部这个和眼睛一样脆弱的部位，很多MM的重视程度都明显不够，只有在它干燥到蜕皮的时候，我们才会真正想起它吧。其实保护嘴唇的重要性丝毫不亚于每天的擦脸工程，很早以前我就把护唇膏加入了我的护肤计划之中了呢，一年365天，护唇膏一天都不能离身哦。

超市款

NIVEA蓝色修复润唇膏 价格指数：1

白色的膏体，擦上嘴唇上没有很强的滋润感，但也不会由此而粘粘的不舒服。我经常用它来做唇膏的底膏，除了少少的保湿效果之外，最看重的还是它的质地。对嘴唇到底有没有修复作用这个就只有天知道了，因为我用了很久既没有没有唇纹变淡，也没有觉得唇色变浅。不过出于价格因素，也就没有什么高要求了。

第9节：每日护肤品大检阅(7)

SHISEIDO高水分滋养润唇膏 价格指数：1

虽然现在已经不会再买了，但是这一款SHISEIDO高水分滋养唇膏我真的还是蛮喜欢用的。没有任何香味、色素和添加剂，可以用得很安心，擦上后感觉凉凉得很舒服，比较滋润，持久度也足够，都不怎么需要补擦呢。再加上日常基础的SPF值，真的很实惠的。

MENTHOLATUM润唇膏 价格指数：1

以前在选择还不像现在那么多时，我几乎把MENTHOLATUM家所有的润唇膏都用过了，但是除了气味和质地之外，并没有觉得有什么不同呢。才涂上去觉得挺滋润，但是这种滋润只停留在表面，很快就又干干地起皮了呢。一天中用的次数越多，就会比原来更加容易干。在上了很多次当之后，这个牌子的润唇膏终于被我放上了黑名单。

专柜款

BOBBI BROWN润唇膏 SPF15 价格指数：3

质地很特别的一款润唇产品，不油不腻，用了以后不再加唇膏或者唇蜜，气色也可以感觉非常好，专业的彩妆产品到底是专业呀。最喜欢的是擦了这个以后，一整天都不会觉得干哦。

L’occitane乳木果油 价格指数：3

简直是我的急救“万金油”，罐子小巧方便携带，哪里觉得就擦在哪里，马上就能缓解哦。护唇膏润手霜保湿面霜的功能一肩挑呢。不过天冷的时候会变得比较硬非常难推开，建议先挖在手掌里回温以后再用哦。不建议MM们涂在嘴唇上睡觉，除非你想，嘴唇上爬满蚂蚁哦，哈哈！！

KIEHL’s护唇膏1号 价格指数：2

KIEHL’s家的明星产品啊，尤其在经过大S的介绍之后简直变得一支难求了呢。我用的是这种条状的，带有SPF4的防晒指数，也算够

用。擦了之后感觉又油又亮，一小滴就可以涂满整个嘴唇。不过总觉得这种滋润只是表面的滋润，很快又干掉了，所以不太推荐。倒是长期使用的话可以减淡唇色，这点比较诱人哦。

明星款

MAC专业护唇膏 价格指数：2

记得前一阵出这款唇膏的卡通限量版时，那种气势简直是：抢，晚去了几小时自己中意的颜色就已经没有了。喜欢它本身就带有漂亮的颜色，心里总会觉得既可以护唇又可以当唇蜜一举二得，甚至还有我最喜欢的云尼拿香味，就是用起来实在不方便，总不能让我在大马路上拿出唇刷来补妆吧，更何况其实它的质地还有点干！

Elizabeth Arden8小时润唇膏

有一次出去旅行嘴唇过敏，一下子干到蜕皮那么夸张，于是我便直冲当地的Elizabeth

Arden柜台，买了这支8小时润唇膏，可想而知我对8小时润泽系列是多么信得过啊！！事实是这款唇膏也真的没有让我失望，仅仅一个晚上，我的蜕皮就好了，第2天照样化了一个漂亮的唇妆出门了。

第10节：每日护肤品大检阅(8)

不打底，不出门——防晒警报三级跳

防晒真的超级重要！！！假如防晒工作没有做好，就等于你所做的任何保养工作都无效，肌肤的皱纹、松弛、色斑等问题通通会提早来报到。不要以为我是危言耸听哦，聪明的女人都知道，当别人把注意力放在最新的彩妆用品时，你不妨重点放在隔绝外界对你肌肤伤害上，这才应该是你的投资重点哦。

物理防晒，还是化学防晒?

防晒剂从机理上可以分为物理防晒剂和化学防晒剂。一般物理防晒剂依靠反光粒子在皮肤上形成防护墙来反射紫外线，而化学防晒剂则是利用化学物质与细胞相结合的原理，达到吸收某部分波长紫外线的效果。物理防晒对皮肤的负担小，但大多数时候，都会显得比较油腻；化学防晒比较透气清爽，但有些人会对其中的某些成分过敏。现在市面上一般的防晒产品都是物理加化学防晒，只有真正给敏感性肌肤使用的防晒霜，才是纯物理防晒霜。

紫外线指数，防晒指数?

气象上把紫外线强度分为5级，级数越高，代表光线中所含的紫外线越强。当紫外线的级数超过2，也就是为弱时，我们就需要SPF15左右的低度防晒霜来保护我们的肌肤了，一般SPF小于15的防晒霜是起不到保护作用的。

如何正确使用防晒霜?

没有任何一种防晒霜能做到100%的防水抗汗。所以每天、每时、每刻，我们都要记得隔2小时就补擦一次你的防晒霜，哪怕你只是身处室内，阳光也会透过你的玻璃窗，对你的肌肤造成伤害。

食物也可以防晒?

番茄中所富含的番茄红素是最好的防晒食物。每天坚持摄入10毫克以上的番茄红素，能将晒伤的危险系数下降40%左右。同时多吃一

些土豆和胡萝卜，少吃或尽量避免吃香菜和芹菜，将会使你的防晒更加有效。

神奇防晒小妙方

夏日里，只要你会选择，其实你所穿的衣服能帮你隔离绝大多数的紫外线。一般棉质的衣服防晒能力比较好，聚酯浅色衣服较弱，而针织的衣服最弱。而一件彩色的棉质衣服，对紫外线的过滤效果比浅色的更加好。

一级警报

*家里 *溜狗 *晒衣服 *傍晚散步

适用防晒指数：SPF15——SPF30

在家里舒服享受或只是在外面轻度的行走，我们一般不会兴师动众的化妆，而此时的隔离防晒，亦以细腻、光泽和健康度为最重要。

NEUTROGENA细白隔离乳液 SPF１５ 价格指数：1

成分：物理隔离成分，维他命E，维他命B5

适用肤质：一般肤质，偏干性肤质

大S推荐的明星产品，所以露得清在这里一有专柜，就马上买来用了。才涂在脸上时会感觉比较油，几分钟后脸变得亮亮的，马上要拿出粉饼来压一压才可以。但是这个防晒乳液用在身体上可真的是非常棒的，一点也不腻，容易推开，而且抗油抗汗，出去蹦蹦跳跳时绝对适合。假如你能忍受它有点奇怪的味道，那它绝对会是你夏天最好的身体防晒，价格也极为公道，怎么补擦也不心疼，2瓶足够过一个夏天了。

第11节：每日护肤品大检阅(9)

BIOTHERM艳阳青春UV身体防晒喷雾 SPF15 价格指数：3

成分：矿泉活性萃取精华，矿物盐……

适用肤质：一般肤质

在同类型的防晒喷雾中属于质地很清爽的，使用的时候会闻到碧欧泉产品所特有的柑橘清香。因为产品里含有胡萝卜素的缘故，所以看起来颜色黄黄的，但不用担心，这种黄黄的不会带到你脸上，不过该产品也完全没有润色效果罢了。方便是喷雾型防晒产品最大的优势了吧，随时随地马上就可以补擦哦，保证你不会晒黑，另外，这款产品的保湿效果也不错。

Shu Uemura 泡沫隔离霜 SPF17 价格指数：3

成分：金缕梅萃取，海洋深层水……

适用肤质：一般肤质

独特细密的弹力摩丝质地，擦在脸上凉凉的水水的，能非常轻松地推匀，很服帖，用了以后完全没有擦了防晒霜后的负担感。金缕梅萃取能收紧毛孔，海洋深层水又能起到保湿的作用。在紧急时刻，甚至还可以用它来卸妆以便于重新上妆哦，绝对是女人化妆包里的好帮手。唯一美中不足的是用量较大，一瓶没过多久就用光光了。

NIVEA防晒喷雾 SPF20 价格指数：1

成分：维他命Ｅ……

适用肤质：偏干肌肤

用之前号称要摇一摇，但是很多次我忘了摇，也没有感觉有多大的区别：）。质地并不如它说得那么清爽润泽容易吸收，擦了之后整个脖子整条手臂到了晚上都是粘粘的。但是防晒效果真的不错，不会被晒黑呢，补擦又方便，已经很对得起它的价格了。不过有点刺激，不小心喷在眼睛和嘴巴附近马上会有刺痛感。

illume莹焕防晒乳液 SPF18 价格指数：2

成分：海藻萃取物，海洋深层水……

适用肤质：一般肤质

涂上以后整张脸都亮亮的，很有光泽感，一般我都会用它做妆前的底妆，效果真的不错哦。夏天因为容易出汗，所以也容易脱妆和缺水，用了这个产品以后都不会有这样的烦恼了哦。因为质地真的很舒服，所以我经常都会直接用它来补妆，特别是容易被晒伤的鼻子、脸颊等部位，都不会有粘腻的感觉。

二级警报

*上下班途中 *近郊游玩 *逛街血拼

适用防晒指数：SPF30——SPF45

FANCL无添加防晒露 SPF30 PA 价格指数：2

主要成分：紫外线反射剂，补湿氨基酸……

适用肤质：一般皮肤

看中它是因为它不含防腐剂，擦上后整体感觉也比较清爽，假如你够懒，还可以把它直接用在眼部。才擦上去后感觉皮肤有点小白，大概10分钟后就会感觉比较自然，可以当妆前打底霜使用，且不容易掉妆。

第12节：每日护肤品大检阅(10)

SHISEIDO ANESSA 温和防晒乳液 SPF43 PA 价格指数：3

成分：微粒子花瓣状氧化锌……

适用肤质：敏感肌肤专用，偏油性肌肤

清爽不油腻，用起来也感觉很好推，不会对肌肤造成额外的负担。防水防汗能力出众，即使出了汗也不必着急担心地要马上补妆。因为是敏感肌肤专用，所以很温和，任何肌肤的MM都完全不用担心过敏的问题。唯一的不好的地方是补擦几次以后会感觉有点干，所以请干皮MM一定要在擦之前做好保湿打底的工作哦。

CLINIQUE CITY BLOCK城市隔离霜 SPF４０ 价格指数：3

成分：丁烯醇，二氧化硅……

适用肤质：一般肤质，敏感肤质，油性肌肤

因为是纯物理防晒，所以倩碧的隔离霜一直让我感觉有点厚重，但是擦上之后感觉吸收还不错啦。润色功能不是很出众，但足够对付各位MM的一般需要。这款防晒最大的优势在于成分简单，容易过敏体质的MM可以拿来尝试一下。

CASTALIA 金宜隔离防晒霜 SPF30 PA 价格指数：2

成分：维他命E，苹果籽萃取液……

适用肤质：偏干性肤质，敏感肤质

这是一个法国的药妆品牌，在国内比较冷门，但是不妨碍它的好用哦。因为它运用的安全的光稳定成分，所以不会渗入皮肤，是敏感性和超级敏感肌肤MM的好朋友。同时这款产品的润色性也很好，擦多了肤色只是看上去更加均匀，而不会变得煞白。唯一的缺点就是太油了，一般我用完要直接用粉饼压一压才会出门。

红色警报

*外出旅游 *海边游玩 *日光浴 *登山

适用防晒指数：SPF40以上

LANCOME DNA UV柔白隔离乳 SPF50 价格指数：4

成分：滤光环双网系统，维他命E……

适用肤质：一般肤质，偏干性肌肤

保湿能力超强，特别适合干皮MM和要长时间蹲在空调房里的MM。因为是纯乳液质地，所以完全没有润色效果，建议需要化妆的MM在后面再加一层妆前霜提升气色。价格较贵，容量也比较小，一般只适用于脸部防晒。

BIOTHERM智慧净白UV隔离霜 SPF50 价格指数：4

成分：矿泉活性萃取精华，二氧化钛……

适用肤质：一般肤质

结合玉米精华，可以中和细胞中的毒素，具有双重抗污染作用。有多个颜色可以选择，已经完全可以代替妆前霜来使用了，但用后假如不上妆的话感觉会怪怪的，会感觉有一点点假白。因为是霜状的质地，不算太好推，所以不太适用于补擦。

LA ROCHE-POSAY理肤泉特护清爽防晒露 SPF60 价格指数：2

成分：LA ROCHE-POSAY温泉水，硒……

第13节：每日护肤品大检阅(11)

适用皮肤：敏感性肌肤，偏油性肌肤

一上市就让我冲出去购买的超级好用防晒霜。起先在手背上试用的时候觉得有点小油，但回家拍在脸上之后发现一点儿也不油腻，质地超薄，带有理肤泉产品特有的清香，我每次闻了之后都会感觉到心情愉快哦。如此高的防晒指数，如此清爽的质地，这款产品是油皮MM绝对绝对不可以错过的哦。由此不得不说理肤泉的防晒隔离系列，已经走到了一个非常高的境界。另外也有系数比较低的同类产品可以选择。

DIOR雪精灵防晒隔离霜 SPF35 价格指数：4

成分：黑色素导出技术酵母精华，薄雪草复合物……

适合肤质：油性肌肤

用的是很多年前的老版，蓝色盖子，现在市面上几乎已经绝迹了。因为肤色有点暗黄，所以当时选的时候选了紫色来提亮肤色，结果是用多了便成大白脸，用少了又觉得防晒效果达不到，很是郁闷。质地倒是很水，非常容易涂开，擦多了也没有闷热感，这点很赞。

唇部也要防晒哦！

露得清护唇膏 SPF15 价格指数：1

成分：甘油，玉米油……

几乎适过了所有的平价润唇膏后，发现这支是最满意的。干干的质地，所有不算太好推。但是上了嘴唇以后一点也不黏腻，唇色看起来非常有光泽，又不是亮亮的，用来做口红的打底膏特别适合。整体说来还蛮像他们家的护手霜的，不容易掉，所以也不需要太勤快的补擦，让你用起来很安心。

防晒霜的正确使用方式

用防晒霜是一件很难缠的事情哦，不但1000种情境下应该有1000套应对方案，连涂法都很有讲究！正确的防晒霜使用方法应该是把它

抹上去，然后用指尖轻轻一点一点地拍开，而不是像涂抹护肤品那样的抹开。而油皮MM或者爱长痘痘的MM一定要注意选择纯水状的防晒霜，绝对不能用像CITY

BLOCK之类的含有粉质的霜状防晒霜哦！一般不会让你的皮肤感到闷的黏度就是最适合你的防晒霜黏度。

你是不是光敏感MM?

1.你的皮肤是否白皙?

2.你是否有雀斑?

3.你天生发色偏浅?

4.你的皮肤一晒就红?

5.你正在服用会导致光敏感的药物?

6.你正处于怀孕期?

假如有3个或以上的问题你的答案都是YES，那么就要小心了，你很有可能就是传说中的“光敏感MM”。太阳就像是你天生的仇敌，所以在同样的情况下，你还是选择比别人指数更高的防晒霜吧。

第14节：解决你的面部问题(1)(图)

3 解决你的面部问题 试用进阶班

去角质，消除面部隐患

经常化妆？脸部已经或多或少有了老化的现象？肌肤天生暗沉泛黄，无论怎么打理也感觉脏兮兮的？那很有可能就是有太多的死亡细胞堆积在你的脸上所造成的，甚至久而久之，这些我们肉眼并看不出来的堵塞物会像火山一样爆发，把我们辛辛苦苦得来的保养成果搞得一团糟。但是与之相反，我也认识很多朋友，她们因为沉迷于去完角质之后的柔嫩感而对此“上瘾”，皮肤感觉一差就马上拿出角质霜来揉揉擦擦，让本来已经很敏感的肌肤继续雪上加霜。

物理法PK化学法

使用方法：

物理法：依靠传统的磨砂颗粒，通过摩擦将你脸上的老旧死皮全部去除。

化学法：通过温和的果酸分解面部的死皮，从而达到疏通毛孔，加强皮肤新呈代谢的效果。

见效时间：

物理法：立竿见影，每次去角质完毕以后都能让你重获光彩。

化学法：需要长久使用才有效果。

安全性：

物理法：无论是撕拉式的还是摩擦式的物理法都会对皮肤产生不小的伤害。

化学法：将去角质的步骤融入你每天的保养步骤中，安全简单易学。但是假如白天使用果酸类产品要注意做好防晒工作。

维持时间：

物理法：效果很短，一般一周左右就要再去一次。

化学法：因为一直都在工作，所以一直都有效果。

去角质按摩法：

*顺着肌肤的纹理，额头处用手直接横向打圈式揉搓。

*在脸颊处用手从小往上慢慢推，打圈式按摩。

*鼻梁部分从上往下直线按摩。

*下巴部分由里往外横向按摩。

去角质禁区大搜索：

*有伤口破裂的地方

*有痘痘并且发炎的地方

*眼睛周围

*正在过敏的肌肤

各类肤质适合的去角质频率：

油性和偏油性肤质：一周2次。因为过多的油脂会像讨厌的黏附剂，让你的老旧角质不容易脱落，从而堵塞毛囊。

干性肌肤：2周一次，极干性肌肤可更加大间隔时间。根据肌肤代谢的自然规律定期清理毛囊，能够加速保养品的吸收。

混合性肌肤：可将整张脸分开进行清洁工作。T区一周一次，余下的部位10天一次。

ZA去角质霜 价格指数：1

年轻的MM可以尝试一下，因为的确便宜而且量够大。涂的时候注意不要涂太多，要不搓起来会很伤皮肤，一点一点抹要有耐心，去完角质了以后真的会觉得很干净。

L"occitane 橄榄节去角质泥 价格指数：2

天然的植物橄榄成分用起来很放心，能把残余在你毛孔中的黑头直接变成条状搓出来，洗完之后脸滑滑地不紧绷。用量省，颗粒很细，但是用完之后不会马上有很惊艳的感觉。

NU SKIN 新轻柔磨砂膏 价格指数：1

平价品中的好货。磨砂颗粒很细柔，用起来不会痛。虽然擦在脸上干起来比较慢，但是那种清清凉凉的感觉还是非常舒服的。洗完之后脸马上变得很光滑。

VICHY清新角质调理磨砂膏 价格指数：2

干性和敏感性肌肤慎用这款磨砂膏，但是油性肌和痘痘肌的MM可以试一试。洗完之后脸非常干净，清理毛孔的效果特别明显。

第15节：解决你的面部问题(2)(图)

BORGHERE 矿物营养美肤泥浆面膜 价格指数：3

清洁效果非常好，可以让黑头白头粉刺什么的统统跑出来，而且比品木宣言的泥娃娃要温和不少。就是超大一罐用也用不完很难受，哈哈！

美白精华大PK

完整的美白保养步骤假如再加上美白精华素，就会使你的美白大业事半功倍！但假如你不能够整套使用美白产品的话，只使用美白精华也可以在最短的时间内抑制黑色素的产生、淡化已经有的色素沉淀，还你白皙透明的皮肤哦。

ESTEE LAUDER晶智焕白夜间深层净白密集修护露 价格指数：4

水一样质地，闻起来感觉怪怪的。擦上脸觉得滑滑的，还挺舒服。每次要连续使用7个晚上，然后停用3周再连续使用7天，效果一般般，不太对得起它那么贵的价格。

BOBBI BROWN亮研美白精华液 价格指数：4

属于全能的美白精华素，除了能让肤色更加均匀，还能强效保湿和抗氧化。就是价格非常不可爱，所以用了一罐以后就放弃了。

BIOTHERM智慧净白夜间按摩凝露 价格指数：4

我很懒的，所以对按摩霜这个东西一般都坚持不下来。唯独因为这个效果太好了，一直都没有放弃呢。刚敷上的时候会有很强烈的清凉感，因为是凝露，推起来很顺，不会牵动太多皮肤。按摩5分钟后用面巾纸擦去多余按摩霜，脸马上变得白白净净。

DA BAO左旋维他命精华露 价格指数：1

是那种一根管子两头都有棉花球的设计，真的看上去好土哦，朋友才送给我的时候连下手去用的勇气都没有，白白晾了2个月。后来我晚上改用果酸了，所以白天就用这个左旋维他命来保持效果。用在脸上有一点点油，吸收比较慢，但是效果还真是不错，真的有变白呢。不过还是要说一下那个包装的设计，虽然比较卫生，但是每次都要等很久精华才能完全地流出来，每次也都要剩很多，比较浪费。

L’OREAL美白精华素 价格指数：2

质地还不错，但是美白的效果也普普，和其它产品相比也没有任何出众之处。因为还是蛮刺激的，所以建议MM们不要全脸使用这个精华，而是每天早晚单独擦在有斑点的地方。坚持用它个二三条，效果就会看出来一点点了，哈哈！！

LANCOME 高透感美白精华素 价格指数：4

皮肤本身就敏感的MM最好不要用这一款精华，因为它不但质地比较油腻，还有点刺激。但是作为LANCOME

家的明星产品，这款精华的美白效果还是不错的，而且见效也比较快。不过建议MM们只要用完一支就可以了，因为用到第二第三支，效果就明显减弱很多。

第16节：护肤好帮手(1)(图)

4 护肤好帮手

离不开的随身喷雾

不要小看喷雾哦，它能随时随地滋养我们的肌肤，让你马上变身漂漂亮亮的水美人。相对于其它护肤品，喷雾独特的喷嘴设计不但便于携带，更可以避免护肤品在使用过程中的二次污染。不过别怪我没有提醒你哦，jms一定要切合自己的皮肤，仔细比较，找到一款与自己登对的喷雾才是硬道理。

*为了让温泉水与皮肤充分地交换，停留的时间越长越好?

停留在肌肤上的水分在挥发的时候，在肌肤表面的盐分结晶会从肌肤内向外吸水，反而会带走肌肤内部的水分，所以为了达到更好的补水效果，肌肤跟水接触一分钟左右以后，最好就要用化妆棉把多余的水分吸去。

*温泉水都能作为喷雾补水

并不是所有的温泉水都适合喷雾补水，适合于喷雾的泉水应该选择专用的活泉水。如果选择了不适合的水水，可是会给肌肤带来伤害

的哦。

*怎么选择喷雾呢?

具有良好性能的喷雾在给脸部补水的同时，也能达到舒缓和镇定肌肤的功效，在选购喷雾的时候，可以通过味觉来判断是否含有很高的盐分，咸味越重表示含有的盐分越高，对肌肤造成的刺激也就越大哦。

H20水中美白补湿喷雾 价格指数：4

成分：抗衰老海藻精华、活性酵素衍生物及维他命C,丰富的植物精华

特点：含抗衰老海藻精华、活性酵素衍生物及维他命C,丰富的植物精华、桑树根、葡萄核、芦荟及尿囊素，能有效减褪黑色素，令肌肤变得柔软，更有能治疗、纾缓敏感、滋润及补充水份功能，帮助皮肤保持光泽及回复神采。

清爽度：★★★★

保湿度：★★★★

喷口设计：★★★★

非常好的保湿效果，持久度也不错。在使用几天之后，可以明显的看出眼角的小干纹减淡了。使用了一段时间以后就明显可以感觉到皮肤不像过去那么暗淡了，皮肤也开始变得比较水嫩明亮了。

CLINIQUE水嫩保湿喷雾 价格指数：4

成分：野生翠竹精华，以及提炼自深海的岩藻多糖

特点：缓解肌肤干渴，恢复水分平衡，并通过生物活化保湿复合配方强效紧致肌肤。

清爽度：★★

保湿度： ★★★★

喷口设计：★★★

略有油性，清爽度不够好。喷在脸上以后吸收得很快，脸部也不再干燥，保湿效果几乎可以持续一整天，可以说是一款镇静和保湿的

作用都非常明显的产品。几乎闻不到香味，是个非常方便的补水佳品！

GUERLAIN百合舒缓喷雾 价格指数：5

成分：抗敏舒缓因子(Calmtine-S) 百合花精华

第17节：护肤好帮手(2)(图)

特点：优雅一流的镇静肌肤效果，可以缓解皮肤的泛红和红血丝。

清爽度：★★★★

保湿度：★★★★

喷口设计：★★★★★

试用感受：喷出的水珠很细密，水雾量也比较多，是我使用过的保湿时间最长的喷雾！镇静效果很好，可以缓解皮肤的泛红和红血丝，能实时舒缓肌肤的敏感与不适，并强化肌肤天然防御力。该款喷雾的喷头比较大，喷出的水雾量比较多，建议各位mm距离面部稍远些，然后喷出水雾后将脸凑上去，这样比较均匀且不易进到眼睛中，也不易脱妆哦。

AVENE活泉喷雾 价格指数：3

成分：100%天然活泉、多种均衡适宜的矿物成分

特点：舒缓、抗刺激、抗自由基

清爽度：★★★★

保湿度：★★★★

喷口设计：★★★★

喷在脸上以后能够感觉到水丝丝深入皮肤的过程，有像泉水一样的清爽感。能够有效的降低皮肤对外界刺激的敏感度，敏感时用非常好，不愧为口碑产品。试用了一段时间以后变得没有那么敏感了，以前一晒太阳就出现的高原红也没有那么明显了，舒缓、镇静功能超强。

La Roche-posay舒缓喷雾 价格指数：3

成分：100%纯天然LA ROCHE—POSAY温泉水、硒

特点：抗炎，减缓肌肤炎症反应，止痒，抗过敏并有促进疤痕愈合的作用，舒缓，镇静肌肤，抗自由基，增强肌肤的抗老化功能，增强肌肤的保护功能，特别适用于敏感性肌肤。像一些激光美容，换肤，皮肤磨削等手术之后，也可以在清晨起床后用于消除肌肤浮肿。

清爽度：★★★★

保湿度：★★★★★

喷口设计：★★★★★

理肤泉的喷雾喷头都做的满好的，喷出的水水很均匀。水珠细小，很快渗入皮肤。刚刚使用完的时候自然非常湿润，使用后即使不

立即涂润肤乳，皮肤也不会紧绷干燥，感觉很清爽，还能控制Ｔ型区的油脂分泌。我在空调房里呆长了，比较缺水，就去买了这个喷雾，效果真的很好，现在皮肤好多了，赞一下。即使脸上的痘痘破了也一样可以使用哦，没有刺痛的感觉，很舒服的。

ＫＯＳＥ　RUTINA净白冰莹喷雾化妆水（清爽型） 价格指数：3

成分：V-C、北欧海藻萃取液、白蔹萃取液

特点：控油持久度超强！

清爽度：★★★★★

保湿度：★★★

喷口设计：★★★

方便携带的喷雾型化妆水，任何时刻都能使用，冰凉的喷雾能立即舒缓因紫外线照射而引起的泛红、灼热，给肌肤冰一般的清凉感，并且控油持久度超强！使用后一整天都不会油，所以清爽度当之无愧的五颗星。但是宣称缔造“冰的美白”，用了一段时间没有发现什么大的改变，美白效果一般。味道清淡，有轻微的酒精味道。

第18节：护肤好帮手(3)

SHU-UEMURA海洋深层保湿水 价格指数：4

成分：纯净瓷球、海洋深层水

特点：帮助肌肤的新陈代谢，提高保湿能力；海洋深层保湿化妆水中的瓷球，在日本常被用来稳定水质，保持水质的纯净，能够维持保养成分的安定，它们家的最大特色。

清爽度：★★★★

保湿度：★★★★

喷口设计：★★★★

喷上去后就清凉清凉的，喷上之后很清爽，感觉皮肤很滋润，有点儿像敷了面膜后的状态。并且不管是在妆前或是妆后用都很清爽，也不会花妆。满意：）这款喷雾有9种不同的香型可供选择，玫瑰热情、熏衣草安神、迷迭香清新……配上不同颜色的漂亮瓶身，绝对让各位mm们爱不释手！

SHISEIDO活颜悦色舒缓喷雾 价格指数：4

成分：5号海带氨酸、植物活力因子

特点：持久滋润的同时还有美白的功效

清爽度：★★

保湿度：★★★

喷口设计：★★★★

个人不是很赞这款产品，使用过几次，但是喷上去时会有黏黏的感觉，皮肤也感觉有些油腻，特别推荐给“干妹妹”们，能够迅速帮助肌肤摆脱疲累及干荒，快速恢复明亮滋润达到水分平衡。对毛孔有很好地收敛作用，使用一段时间以后皮肤会明显感觉变得比较细致，也变白了许多。

URIAGE活肤喷雾 价格指数：3

成分：100%依泉天然温泉水，钙、硅、锰、锌等活性因子

特点：100%的依泉天然温泉水，能迅速补充肌肤水份，舒缓皮肤敏感，止痒抗菌及抗氧化。

清爽度：★★★★

保湿度：★★★★★

喷口设计：★★★★★

最喜欢它的原因是可以直接喷在脸上，不用拍干或用化妆棉去按干，这样的话就不用担心会把彩妆弄花了，而且它的定妆效果也很好，喷在脸上感觉也很清爽舒适。特别推荐给经常待在空调房的mm。长期使用可以调理皮肤的生理功能，改善皮肤的缺水状况，使皮肤处于最佳状态。这款喷雾还可以用在手术等皮肤创伤口，能够促进伤口愈合，修护损伤的皮肤呢。

EVIAN矿泉水喷雾 价格指数：2

成分：依云矿水

特点：依云矿水含有多种矿物质，持续使用能增加皮肤弹性，其独特的喷嘴设计每次可喷出百万滴依云天然矿泉水，有助按摩及滋润面部肌肤及有助于妆容贴面持久，连续使用两周后使你的肌肤含水度增加16%。

清爽度：★★★★

保湿度：★★★★

喷口设计：★★★★

平日里一直呆在有空调的办公室里，皮肤特别容易干燥缺水，皮肤一干肤色就变得晦暗难看，使用这个喷雾以后感觉皮肤渐渐地就滋润起来了。

我通常都是在洗完了脸以后等水分蒸发干时再喷上一层依云，然后再拍干，再用爽肤水，觉得还满补水的呢。特别推荐给经常处于空调环境下和旅途中的mm们使用，其实各年龄阶段的男女都适合的：）